



Согласовано
Директор МБОУ "СОШ № 22" им. Героя РФ Н.Ф. Гаврилова

Н.И. Шестакова

ООО "ЭНКО плюс"
Школа № 22

Основное /организованное / МЕНЮ
05 октября 2026 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "ЭНКО плюс"

М.А. Польская

Наименование блюда	Раздел	№ рецептуры	Стоимость питания (руб.)	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак (с 7 до 11 лет)								
Масло порциями		96*	12,32	10	0,05	7,25	0,08	66
Каша молочная пшеничная с маслом	Каша	311*	25,27	245/5	15,09	13,92	38,82	340
Чай с фруктовым соком	3-блюдо	79**	6,31	200	0,34	0,02	24,53	95
Хлеб пшеничный			5,10	50	3,80	0,40	24,30	119
Итого			49,00	510	19,28	21,59	87,73	620,00
Обед (с 7 до 11 лет)								
Салат «Витаминный»	закуска	40*	13,06	60	0,78	1,95	3,76	36
Суп картофельный с бобовыми, с мясом	1-блюдо	139*	12,05	200/5	5,90	3,11	15,98	118
Гуляш из птицы	2-блюдо	580	56,93	100(50/50)	12,36	3,45	5,27	102
Рис отварной	гарнир	511*	15,10	150	3,60	9,00	35,70	238
Напиток апельсиновый	3-блюдо	646****	8,17	200	0,20	0,04	25,73	100
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			110,00	775	27,34	18,45	112,24	720
Завтрак (с 12 лет и старше)								
Масло порциями		96*	12,6	10	0,05	7,25	0,08	66
Каша молочная пшеничная с маслом	Каша	311*	36,99	285/15	18,26	17,18	46,82	445
Чай с фруктовым соком	3-блюдо	79**	6,31	200	0,34	0,02	24,53	95
Хлеб пшеничный			5,10	50	3,80	0,40	24,30	119
Итого			61,00	560	22,45	24,85	95,73	725
Обед (с 12 лет и старше)								
Салат «Витаминный»	закуска	40*	21,46	100	1,10	3,06	4,02	62
Суп картофельный с бобовыми, с мясом	1-блюдо	139*	12,64	250/5	7,08	3,62	19,96	147
Гуляш из птицы	2-блюдо	580	56,93	100(50/50)	12,36	3,45	5,27	102
Рис отварной	гарнир	511*	18,11	180	4,58	10,80	42,84	275
Напиток апельсиновый	3-блюдо	646****	8,17	200	0,20	0,04	25,73	100
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			122,00	895	29,82	21,87	123,62	812
Полдник								
Булочка с творогом			19,00	50	5,25	8,92	38,01	246
Сок фруктовый		389***	30,00	1/200	1,00	0,00	20,20	85
Итого			49,00		6,25	8,92	58,21	331,00
Полдник								
Булочка с творогом			31,00	80	7,23	10,02	40,1	394
Сок фруктовый		389***	30,00	1/200	1,00	0,00	20,20	85
Итого			61,00		8,23	10,02	60,3	479

И.л. бухгалтер

Зав. производством

Экономист

Хомич Л.С.
Никандрова М.В.
Цыбенко Е.А.

Хомич Л.С.

Никандрова М.В.

Цыбенко Е.А.